

ประสบการณ์การถูกกักตัวเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ของนักศึกษาพยาบาล

พิระนันท์ จิระยิ่งมงคล¹ อัจฉราพรรณ วงษ์น้อย² บุญตา สุขวดี³
สถิรกานต์ ท้าวจบ⁴ ธัญญรัศม์ ดวงคำ⁵

บทคัดย่อ

วิจัยครั้งนี้ วิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาการ ตามแนวคิดของมาร์ติน ไฮเดกเกอร์ (Martin Heidegger) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาประสบการณ์ การถูกกักตัวเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช กลุ่มตัวอย่างคือนักศึกษาพยาบาล คัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง โดยเป็นนักศึกษาที่ผ่านการคัดกรองจากวิทยาลัยฯ ว่าอาจสัมผัสกลุ่มเสี่ยง จำนวน 32 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์กลุ่ม และการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลที่มีประสบการณ์ขณะกักตัว ระหว่างที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) สรุปเป็นประเด็นหลักได้ 4 ประเด็นดังนี้ 1) การถูกจำกัดในการดำเนินชีวิต 2) ความจำเป็นของส่วนรวม 3) โอกาสในการเรียนรู้ 4) วาระในการแสดงความรักและเมตตา ผลการศึกษานี้สามารถนำไปใช้ในสถานการณ์การเกิดโรคระบาดที่มีความจำเป็นต้องมีการกักตัวนักศึกษา เพื่อเป็นแนวปฏิบัติ เตรียมความพร้อม ด้านสถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก การสนับสนุนของครอบครัว ชุมชนและวิทยาลัย เพื่อให้ นักศึกษาพยาบาลมีคุณภาพชีวิตที่ดีขณะถูกกักตัว

คำสำคัญ : ประสบการณ์, กักตัว, แพร่กระจายเชื้อ, ไวรัสโคโรนา (โควิด 19)

วันที่รับ: 26 มีนาคม 2564 วันที่แก้ไข: 31 มีนาคม 2564 วันที่ตอบรับ: 14 เมษายน 2564

¹ ปรด. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรี สถาบันพระบรมราชชนก

² พยบ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช สถาบันพระบรมราชชนก
ผู้ติดต่อหลัก, Email: adcharaphan@ckr.ac.th

³ พยม.วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช สถาบันพระบรมราชชนก

⁴ พยบ. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช สถาบันพระบรมราชชนก

⁵ พยม. วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี จักรีรัช สถาบันพระบรมราชชนก

Experiences of being quarantined to prevent the spread of coronavirus (COVID 19) among nursing students

Peranan Jerayingmongkol,¹ Adcharaphan Wongnoi,² Boonta Sukhawadee³
Sathirakan Thuajop,⁴ Tunyarat Duangkam⁵

Abstract

This research is a phenomenological approach using Martin Heidegger Framework. The purpose was to explore the experiences of being quarantined to prevent the spread of coronavirus (COVID 19) of nursing students at Boromarajonani College of Nursing Chakiraj. The samples were drawn under the specific sampling design. The samples were 32 nursing students who were screened by the college for the exposure to the vulnerable groups for COVID 19. The data collections were focus group and in-depth interviews. The research results revealed four themes relating to the experiences of nursing students being quarantined during the outbreak epidemic of coronavirus (COVID 19): 1) a lifestyle restrictions 2) a necessity of the public 3) an opportunity to learn and 4) an agenda to show love and compassion. The results of this study can be used as a guideline for the quarantine measures for nursing students during the outbreak epidemic of coronavirus (COVID 19) in preparing places and facilities, and to support their families, communities, and the college in order to enhance the quality of life on nursing students while being quarantine.

Keywords: Experiences, Quarantine, Spread, Coronavirus (COVID 19)

Received: March 26, 2021; Revised: March 31, 2021; Accepted: April 14, 2021

¹ Ph.D., Boromarajonani College of Nursing Chakiraj, Praboromarajchanok Institute

² B.N.S., Boromarajonani College of Nursing Chakiraj, Praboromarajchanok Institute
Corresponding author, Email: adcharaphan@ckr.ac.th

³ M.N.S., Boromarajonani College of Nursing Chakiraj, Praboromarajchanok Institute

⁴ B.N.S., Boromarajonani College of Nursing Chakiraj, Praboromarajchanok Institute

⁵ M.N.S., Boromarajonani College of Nursing Chakiraj, Praboromarajchanok Institute

บทนำ

ไวรัสโคโรนา (โควิด 19) เป็นกลุ่มของไวรัสที่อยู่ในวงศ์ Coronaviridae ซึ่งองค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ได้ประกาศให้เชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) เป็นโรคระบาดใหญ่ (Pandemic) พบผู้ติดเชื้อทั่วโลกทั้งสิ้นรวม 17,466,695 ราย และมีผู้เสียชีวิตจากเชื้อไวรัสโคโรนา จำนวน 676,495 ราย สำหรับในประเทศไทยกระทรวงสาธารณสุขประกาศว่าไวรัสโคโรนา (โควิด 19) เป็นโรคติดต่ออันตรายตามพระราชบัญญัติโรคติดต่อ พ.ศ. 2558 โดยเริ่มมีการรายงานการระบาดครั้งแรกในเดือนธันวาคม พ.ศ. 2562 (ประกาศกระทรวงสาธารณสุข, 2563) และมีการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ครั้งแรกประมาณเดือนมกราคม พ.ศ. 2563 มีผู้ป่วยติดเชื้อสะสมรวมทั้งสิ้น 3,310 ราย และมีผู้เสียชีวิตทั่วประเทศจำนวน 58 ราย (ศูนย์บริหารสถานการณ์โควิด-19 กระทรวงสาธารณสุข, 2563) (ข้อมูลถึงวันที่ 31 กรกฎาคม 2563) ผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) จะมีอาการเริ่มแรกคือ มีไข้ ตามมาด้วยอาการไอแห้ง ๆ หลังจากนั้นราว 1 สัปดาห์จะมีปัญหาหายใจติดขัด ผู้ป่วยอาการหนักจะมีอาการปอดบวมอักเสบ และมีอาการของกลุ่มอาการหายใจลำบากเฉียบพลันร่วมด้วยหากอาการรุนแรงมากอาจทำให้อวัยวะภายในล้มเหลวและเสียชีวิตได้ (กรมสุขภาพจิต, 2563) เชื้อสามารถเข้าสู่ร่างกายได้ทางจมูก ปาก และตา ทั้งจากการได้รับน้ำมูก น้ำลาย เสมหะในรูปแบบของละอองเสมหะขนาดใหญ่ (droplet) ที่มาจากการไอ จาม ของผู้ป่วยในระยะใกล้ชิดไม่เกิน 2 เมตร และจากการสัมผัสสิ่งของที่มือเชื้อไวรัสนั้นปนเปื้อนอยู่ (ยงเจือ เหล่าศิริถาวร, 2563)

กระทรวงสาธารณสุขได้กำหนดแนวทางปฏิบัติเพื่อป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) สำหรับประชาชน และกลุ่มเสี่ยงดังนี้ ออกจากบ้านเมื่อจำเป็นเท่านั้น หากต้องออกนอกบ้านให้เว้นระยะห่างจากคนอื่นอย่างน้อย 1-2 เมตร หลีกเลี่ยงการเข้าไปในพื้นที่ที่มีคนหนาแน่น แออัด หรือพื้นที่ปิดสวมหน้ากากอนามัยตลอดเวลาเมื่ออยู่นอกบ้าน ใช้กระดาษชำระเมื่อจำเป็นเท่านั้น หลีกเลี่ยงสัมผัสของร่วมกับผู้อื่น ล้างมือบ่อยๆ ด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ทุกครั้ง ก่อนรับประทานอาหาร หลังเข้าส้วม หรือหลังจากไอจาม หลีกเลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก โดยไม่จำเป็น ผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยง ผู้สูงอายุที่อายุมากกว่า 70 ปี ผู้มีโรคเรื้อรัง และเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ให้หลีกเลี่ยงการออกนอกบ้าน เว้นแต่จำเป็นให้ออกนอกบ้านน้อยที่สุด ในระยะเวลาสั้นๆ แยกของใช้ส่วนตัว ไม่ควรใช้ของร่วมกับผู้อื่น เลือกรับประทานอาหารที่ร้อนหรือปรุงสุกใหม่ๆ ออกกำลังกายสม่ำเสมอและพักผ่อนให้เพียงพอ ควรกักตัวเอง 14 วัน เมื่อเดินทางกลับจากพื้นที่ที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) และปฏิบัติตามประกาศของกระทรวงสาธารณสุข และหมั่นสังเกตอาการหากมีอาการไอ เจ็บคอ มีน้ำมูก จมูกไม่ได้กลิ่น ลิ้นไม่รับรส ให้ไปรับการตรวจที่โรงพยาบาลใกล้บ้านทันที (กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข, 2563) สำหรับการกักตัว (Quarantine) เป็นมาตรการการควบคุมโรคในผู้ที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดโรค โดยการให้แยกตัวออกจากชุมชน เพื่อสังเกตอาการของตนเองและเป็นการป้องกันผู้อื่นจากการติดเชื้อจากผู้ที่มีความเสี่ยง เนื่องจากการแพร่เชื้อส่วนใหญ่เกิดจากผู้ป่วยที่มีอาการแม้จะมีอาการเพียงเล็กน้อย สำหรับผู้ที่เข้าข่ายต้องผ่านการแยกตัว คือ ผู้สัมผัสที่มีความเสี่ยงสูงที่มีความใกล้ชิดกับผู้ติดเชื้อ และผู้ที่เดินทางกลับมาจากพื้นที่มีการระบาด เช่น จังหวัดสมุทรสาคร และบางพื้นที่ของจังหวัดนครปฐม และปทุมธานี เป็นต้น (กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข, 2564) การกักตัวและต้องปฏิบัติตามข้อกำหนดต่างๆ จึงเกิดผลกระทบต่อผู้ที่ถูกกักตัว ไม่ว่าจะเป็นด้านเศรษฐกิจ เช่น ต้องหยุดงาน ขาดรายได้ (พิริยะ ผลพิรุฬห์, 2563) ส่วนด้านจิตใจ ผู้ที่ถูกกักตัว อาจมีภาวะซึมเศร้า เครียดและวิตกกังวลได้ (WHO, 2020) สำหรับนักศึกษา พบว่าส่วนใหญ่มองมีความเครียดมากต่อการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) (กฤษกันทร สุวรรณพันธุ์ และคณะ,

2563) และมีความวิตกกังวลสูงเกี่ยวกับภาวะเศรษฐกิจของตนเองและครอบครัว รองลงมาคือกังวลเรื่องการเรียน (กรมสุขภาพจิต, 2563; อภิญา อิงอาจ, ณัฐพร กาญจนภูมิ, และพรพรรณ เขยจิตร, 2563)

วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช เป็นสถาบันการศึกษาที่มีนักศึกษาพยาบาลพักค้างอยู่จำนวน 345 คน ซึ่งนักศึกษามีภูมิลำเนาจากที่ต่าง ๆ บางจังหวัดเป็นพื้นที่เสี่ยง เช่น สมุทรสาคร สมุทรปราการ ร่วมกับการเดินทางไป-กลับ ระหว่างบ้านและวิทยาลัย มีโอกาสที่จะสัมผัสกับกลุ่มเสี่ยงได้ เพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ วิทยาลัยจึงมีนโยบายให้กักตัวนักศึกษาในกลุ่มดังกล่าว ซึ่งทางวิทยาลัยฯ ได้กำหนดนโยบายและมาตรการในการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อโควิด 19 โดยให้อาจารย์และนักศึกษาเฝ้าระวังสุขภาพ ตรวจสอบการกักตัวนักศึกษาที่พักในวิทยาลัยวันละ 2 ครั้ง (เช้าและเย็น) และบันทึก Google form ของวิทยาลัย โดยมีรองอธิการและหัวหน้ากลุ่มสนับสนุนฯ เป็นผู้ตรวจสอบและกำกับติดตาม หากมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ไข้ ไอ น้ำมูก จมูกไม่ได้กลิ่น ลิ้นรับรสน้อยลง จะได้รับการสอบสวนทางระบาดวิทยา และพิจารณากักตัวในสถานที่ที่วิทยาลัยกำหนด ส่วนผู้เดินทางเข้าวิทยาลัยทุกคน ต้องได้รับการประเมินความเสี่ยงโควิดโดยอาจารย์เฝ้าระวังสุขภาพ ผู้ที่สัมผัสใกล้ชิดผู้ป่วย covid-19 หรือกลับจากพื้นที่เสี่ยง ต้องคัดกรองแบบสอบสวนโรคและกักตัวต่อไป (วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช, 2563) คณะผู้วิจัยซึ่งเป็นทั้งผู้บริหารสถาบันการศึกษาและเป็นอาจารย์ประจำหลักสูตรจึงตระหนักและเห็นความสำคัญของการนำข้อมูลที่ได้จากประสบการณ์ตรงของนักศึกษามากำหนดแนวทางมาตรการเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ ในขณะที่มีการกักตัวของนักศึกษา ทั้งนี้เพื่อข้อมูลที่ได้เป็นประโยชน์ต่อวิทยาลัยฯ ในการบริหารจัดการให้มีความพร้อมเตรียมรับกับสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโควิด 19 ที่อาจเกิดขึ้น การเตรียมความพร้อมทั้งด้านการวางแผนบริหาร ด้านสถานที่ และการเตรียมความพร้อมด้านร่างกายและจิตใจของนักศึกษาจึงเป็นสิ่งสำคัญยิ่ง เพื่อให้นักศึกษาได้ใช้ชีวิตภายในวิทยาลัยฯ ได้อย่างมีความสุขและมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาประสบการณ์การถูกกักตัวเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโควิด 19 ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ใช้วิธีการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาการ ตามแนวคิดของมาร์ติน ไฮเดกเกอร์ (Martin Heidegger) ศึกษาปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ (Hermeneutic Phenomenology) ซึ่งแนวคิดนี้เชื่อว่า คนมีความสำคัญต่อการศึกษา โดยแต่ละคนจะมีความรู้สึก นึกคิดต่อประสบการณ์ต่างๆ และเป็นการให้ความหมายตามความคิดของแต่ละคนซึ่งอาจแตกต่างจากคนอื่น (Leonard, 1989)

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช เลือกแบบเจาะจง (Purposive sampling) โดยเลือกกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษา ที่ผ่านการคัดกรองจากวิทยาลัยฯ ว่าอาจสัมผัสกลุ่มเสี่ยง จำนวน 32 คน (ปี1 10 คน, ปี2 8 คน, ปี3 14 คน) และยินดีในการให้ข้อมูล ระยะเวลาในการศึกษาระหว่างเดือนมกราคม พ.ศ.2564 ส่วนกลุ่มตัวอย่างในการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้วิจัยเลือกนักศึกษาจำนวน 3 คน ที่สัมผัสกับกลุ่มเสี่ยงโดยตรง โดยเป็นนักศึกษาที่ช่วยผู้ปกครองวัดตัวตดชุดให้กับลูกค้าพม่าในพื้นที่สมุทรสาครจำนวน 1 คน นักศึกษาที่ผู้ปกครองเดินทางไปส่งกั๊งที่ตลาดกลางกั๊งในพื้นที่

พบผู้ป่วยโควิด19 และผู้ปกครองมาส่งนักศึกษาเองที่วิทยาลัยฯ จำนวน 1 คน และนักศึกษาที่เดินทางโดยรถโดยสารสาธารณะไปเยี่ยมมารดาที่โรงพยาบาลมหาชัย จังหวัดสมุทรสาครจำนวน 1 คน

เครื่องมือวิจัย

1. แบบสัมภาษณ์ประสบการณ์ของนักศึกษาพยาบาลขณะกักตัวที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิจังหวัดราชบุรี ระหว่างที่มีการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ผู้วิจัยพัฒนาขึ้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

ส่วนที่1 ข้อมูลทั่วไป ได้แก่ เพศ อายุ ชั้นปีที่กำลังศึกษาอยู่ และอาการผิดปกติ

ส่วนที่ 2 แบบสัมภาษณ์ประสบการณ์ของนักศึกษาพยาบาลขณะกักตัว เป็นข้อคำถามปลายเปิดทั้งหมด 12 ข้อ ให้นักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างได้แสดงความคิดเห็นตามความเป็นจริง ครอบคลุมประเด็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับประสบการณ์และสิ่งที่ได้เรียนรู้ของนักศึกษาขณะถูกกักตัว

การตรวจสอบความตรง (Validity) แบบสัมภาษณ์ที่สร้างขึ้นผ่านการตรวจสอบโดยผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน ประกอบไปด้วย อาจารย์พยาบาล 1 ท่าน และพยาบาลวิชาชีพที่มีความเชี่ยวชาญสาขาการพยาบาลจิตเวช 2 ท่าน เพื่อดูความครอบคลุมของเนื้อหา (content validity) และตรวจสอบความชัดเจนของภาษาที่ใช้และนำเครื่องมือมาปรับปรุงแก้ไข พบว่ามีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 1.00 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ คือ ค่า IOC เท่ากับ 1.00 ถือว่ามีความตรงตามเนื้อหา ข้อคำถามมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์/จุดมุ่งหมายที่ต้องการวัด จากนั้นนำไปทดลองใช้กับนักศึกษาที่มีลักษณะใกล้เคียงกันกับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยจริงจำนวน 5 ราย เพื่อทดสอบความเข้าใจความหมายและเนื้อหาของแบบสัมภาษณ์ และปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้เพื่อสัมภาษณ์จริง

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

บทความการวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งในประสบการณ์ของนักศึกษาขณะกักตัวที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิจังหวัดราชบุรี ระหว่างที่มีการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมในมนุษย์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนิจังหวัดราชบุรี หมายเลข 2-2-2564 ลงวันที่ 12 มกราคม พ.ศ. 2564 โดยการเข้าร่วมการวิจัยนี้เป็นไปตามความสมัครใจและสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่ผลกระทบบใด ๆ ต่อกลุ่มตัวอย่าง การนำเสนอข้อมูลจะนำเสนอในภาพรวม ข้อมูลการวิจัยจะถูกเก็บเป็นความลับและทำลายทิ้งภายใน 1 ปี ภายหลังจากที่ผลการวิจัยได้รับการเผยแพร่

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ใช้วิธีการสัมภาษณ์ระดับลึก (In-depth interview) และการสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) ระหว่างวันที่ 13-17 มกราคม 2564 โดยคณะผู้วิจัย ดำเนินการดังนี้

1. แจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัยกับนักศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 32 คน เพื่อขออนุญาตสัมภาษณ์/สนทนากลุ่ม นัดวัน เวลา และสถานที่ โดยแยกกลุ่มตามชั้นปีและสนทนากลุ่ม (Focus group discussion) ในการศึกษาครั้งนี้ใช้เวลาประมาณ 45- 60 นาที จำนวน 2 ครั้ง และสอบถามเพิ่มเติมเมื่อมีข้อสงสัยจนได้ข้อมูลอิ่มตัว

2. นัดเวลาการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ในนักศึกษาพยาบาลจำนวน 3 คน ที่มีโอกาสสัมผัสโดยตรงกับกลุ่มเสี่ยงตามที่นักศึกษาสะดวก

3. ระหว่างการสัมภาษณ์ /สนทนากลุ่ม ขออนุญาตบันทึกเสียงและจดบันทึก

4. ผู้วิจัยขออนุญาตกลุ่มตัวอย่างเขียนบรรยายสิ่งที่อยากบอกความรู้สึก อยากเล่าประสบการณ์ในการถูกกักตัวในครั้งนี้ โดยการเขียนไม่มีรูปแบบสามารถเขียนได้อย่างอิสระในกระดาษ A4 ที่ผู้วิจัยแจกให้

5. ผู้วิจัยแจ้งกลุ่มตัวอย่างว่าขออนุญาตเข้าไปดูรูป ข้อความที่กลุ่มตัวอย่างโพสต์ในพื้นที่สาธารณะ เพื่อให้เข้าใจถึงอารมณ์ความรู้สึกในแต่ละระยะของนักศึกษาที่ถูกกักตัวมากขึ้น แต่หากไม่อนุญาตขอให้แจ้งแก่คณะผู้วิจัยหรือปิดกั้นไม่ให้เข้าถึงได้ จากนั้นคณะผู้วิจัยขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่าง

6. ผู้วิจัย นำข้อมูลที่บันทึก กลับไปให้กลุ่มตัวอย่าง ตรวจสอบความถูกต้อง ครอบคลุมประเด็น และยืนยันข้อมูลที่ต้องการเปิดเผย

การตรวจสอบความน่าเชื่อถือ (Trustworthiness) ดำเนินการโดย

1. ตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลตลอดกระบวนการวิจัย การตรวจสอบการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก การสนทนากลุ่ม ข้อความที่ผู้ให้ข้อมูลเขียนเล่าประสบการณ์ บรรยายความรู้สึก รวมทั้งข้อความผ่านสื่อออนไลน์ที่ผู้ให้ข้อมูลแจ้งเป็นสาธารณะ และแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคล การบันทึกภาคสนาม เมื่อพบประเด็นที่เป็นข้อสงสัยผู้วิจัยจะซักถามผู้ให้ข้อมูล เพิ่มเติมเพื่อให้เกิดความเข้าใจตรงกัน

2. ตรวจสอบความถูกต้อง และการแปลความหมาย รวมทั้งยืนยันข้อมูลโดยผู้ให้ข้อมูลหลัก

3. นำเสนอผลการวิจัย โดยใช้คำพูดของผู้ให้ ข้อมูลเพื่อยืนยันความจริงและชัดเจนในทุกประเด็นของการวิเคราะห์และการรายงาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพตามแนวคิดของ เบนเนอร์ (Benner, 1994) โดยมีขั้นตอนดำเนินการดังนี้

1. ทำความเข้าใจในกระบวนทัศน์และมิติของเรื่องที่ศึกษา (Paradigm cases) โดยเริ่มจากการอ่านข้อมูลที่จัดบันทึกจากการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์เชิงลึก ข้อความที่ผู้ให้ข้อมูลเขียนเล่าประสบการณ์ บรรยายความรู้สึก รวมทั้งข้อความผ่านโซเชียลมีเดียที่กลุ่มตัวอย่างแจ้งเป็นสาธารณะและแบบบันทึกข้อมูลส่วนบุคคลอย่างละเอียด ตั้งข้อสังเกต ประเด็น ความหมายของคำหรือประโยคที่ผู้ให้ข้อมูลบอกไว้ทุกขั้นตอน เพื่อทำความเข้าใจกับเรื่องราวทั้งหมด

2. วิเคราะห์ความสำคัญ (Thematic analysis) โดยระมัดระวังการตีความ ทั้งนี้การตีความต้องอยู่บนพื้นฐานของคำถามและเค้าโครงของการศึกษาวิจัย และต้องสอดคล้องกับข้อมูล จากนั้นนำมาจำแนกเป็นหมวดหมู่ ตามประเด็นที่ศึกษา

3. การถอดข้อความจากแถบบันทึกเสียงแบบคำต่อคำ หลังจากเก็บข้อมูล

4. สรุป รูปแบบที่สามารถอธิบายได้อย่างเป็นรูปธรรม (Exemplars) โดยพิจารณาประเด็นและความหมายของคำ การตอบสนองของผู้ให้ข้อมูล จนสามารถสรุปเรื่องที่สามารถอธิบายความหมายของสถานการณ์นั้น ๆ ได้ ตรวจสอบความถูกต้อง ชัดเจน ครบถ้วนของข้อมูลโดยผู้ให้ข้อมูลเป็นผู้ยืนยัน

ภูมิหลังของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาพยาบาลที่มีประสบการณ์กักตัวระหว่างที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (Covid 19) จำนวน 32 คน ดังนี้

นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงต่ำ จำนวน 10 คน โดยมี 1 คน ที่เดินทางไปยังพื้นที่เสี่ยงจังหวัดสมุทรสาคร นักศึกษาได้เดินซื้อของในตลาดที่มีแรงงานต่างด้าว และช่วยแม่ที่ร้านตัดเย็บเสื้อผ้าซึ่งมีลูกค้าเป็นแรงงานต่างด้าวมาวัดตัวตัดชุด นักศึกษาเดินทางกลับวิทยาลัยฯและสัมผัสกับเพื่อนร่วมห้องอีกจำนวน 5 คน และนักศึกษาอีกจำนวน 3 คน ที่เดินทางไปในพื้นที่เสี่ยงจังหวัดสมุทรสาคร ทั้งนี้ผู้ปกครองของนักศึกษาหนึ่งคนเดินทางมาส่งนักศึกษาที่วิทยาลัยฯโดยรถยนต์ส่วนตัว และแวะรับนักศึกษาอีก 1 คน ที่จังหวัดนครปฐม

นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงต่ำ จำนวน 8 คน โดยมี 1 คน ที่บุคคลในครอบครัวเดินทางไปส่งกักตัวที่แพกิ้งในพื้นที่เสี่ยงจังหวัดสมุทรสาคร โดยมีเพื่อนนักศึกษาจำนวน 2 คน ที่ไปอาศัยอยู่บ้านเดียวกันกับนักศึกษาคนดังกล่าว และนักศึกษาที่เดินทางไปในพื้นที่เสี่ยงอีกจำนวน 3 คน โดยเดินทางไปจังหวัดสมุทรปราการ จังหวัดนครปฐม เดินทางด้วยรถมินิบัสสาธารณะ รวมทั้งนักศึกษาที่สัมผัสบุคคลในครอบครัวที่ทำงานอยู่ในพื้นที่จังหวัดสมุทรสาคร อีกจำนวน 1 คน และนักศึกษาที่คนในครอบครัวสัมผัสกับบุคคลจากตลาดกลางชายกุ้ง จังหวัดสมุทรสาคร จำนวน 1 คน

นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 ซึ่งเป็นกลุ่มเสี่ยงต่ำ จำนวน 14 คน โดยมีนักศึกษา จำนวน 1 คน ที่เดินทางด้วยรถแท็กซี่ ไปเยี่ยมแม่ที่โรงพยาบาลมหาชัย จังหวัดสมุทรสาคร และอีก 1 คน เดินทางไปบ้านญาติที่จังหวัดนครปฐม ซึ่งนักศึกษาแจ้งว่าบ้านญาติ ห่างจากบ้านผู้ติดเชื้อโควิด-19 ประมาณ 800 เมตร และเนื่องจากนักศึกษาทั้ง 2 คนดังกล่าว อยู่ในระหว่างการฝึกภาคปฏิบัติทำให้สัมผัสกับเพื่อนนักศึกษาที่อยู่กลุ่มฝึกปฏิบัติงานเดียวกันอีกจำนวน 12 คน และทั้งนี้ด้วยนโยบายของโรงพยาบาลที่เป็นแหล่งฝึกภาคปฏิบัติขอความร่วมมือให้นักศึกษากักตัวภายในวิทยาลัยฯ เป็นระยะเวลา 14 วัน เพื่อเฝ้าสังเกตอาการก่อนกลับไปขึ้นฝึกภาคปฏิบัติ

ผลวิจัย

ผลการศึกษาพบว่า นักศึกษาได้ให้ความหมายของประสบการณ์การถูกกักตัว เป็น 4 ประเด็น ได้แก่ การถูกจำกัดการดำเนินชีวิต ความจำเป็นของส่วนรวม โอกาสในการเรียนรู้ และวาระในการแสดงความรักและเมตตา

ประเด็นหลักที่ 1 การถูกจำกัดในการดำเนินชีวิต

การถูกกักตัว เป็นการถูกจำกัดการใช้ชีวิตในหลายๆด้าน ที่นักศึกษาไม่เคยประสบมาก่อน ทำให้ต้องทำในสิ่งที่ไม่เคยทำ และไม่ได้ทำในสิ่งที่เคยทำ จึงมีผลกระทบต่ออารมณ์และความรู้สึกของนักศึกษา ผลกระทบต่อความรู้สึกมีมากโดยเฉพาะเมื่อเผชิญกับสถานการณ์ในช่วงระยะแรก ประเด็นย่อย คือ การสูญเสียอิสรภาพ และการเกิดอารมณ์ทางลบ

การสูญเสียอิสรภาพ เมื่อนักศึกษารับทราบว่าต้องถูกกักตัวจากการระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) หลังการคัดกรองแล้ว พบว่าชีวิตประจำวันต้องเปลี่ยนไป ขาดอิสระในการทำตามความต้องการของตนเอง ต้องปฏิบัติตามมาตรการต่าง ๆ ที่วิทยาลัยกำหนด เช่น การรักษาระยะห่างทางสังคม ไม่สามารถเล่นหรือพูดคุยกับเพื่อนแบบใกล้ชิดได้เหมือนเดิม ห้ามออกจากพื้นที่ที่กำหนด ต้องทำตามข้อกำหนดของการกักตัว ต้องคัดกรองและตรวจวัดอุณหภูมิทุกวัน เป็นการเผชิญกับภาวะที่ไม่คุ้นเคยดังคำพูดของ

นักศึกษาคนที่ 1 : “ช่วงแรกรู้สึกกดดัน เพราะต้องอยู่ในกรอบสี่เหลี่ยมไม่สามารถออกไปเดินเล่นได้”

นักศึกษาคนที่ 2 : “มีความรู้สึกอึดอัดที่กักตัวและต้องอยู่แต่ในห้องไม่ได้ออกไปไหนเลย”

นักศึกษาคนที่ 3 : “รู้สึกเบื่อๆ ที่อยู่ในห้อง ไม่มีActivity อื่นๆทำ นอกจากการกิน การนอน การเรียนออนไลน์ การใช้ชีวิตในแต่ละวันดูจำเจ เบื่อไปหมด”

การเกิดอารมณ์ทางลบ ขณะเดียวกันเริ่มมีความรู้สึกทางลบขึ้น รู้สึกโดดเดี่ยว เครียดและวิตกกังวล เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ความไม่แน่ใจกับภาวะสุขภาพของตนเอง ความเหงา เบื่อ โกรธ หงุดหงิด ไม่พอใจ ผิดหวัง ซึมเศร้า

นักศึกษาคนที่ 1 : “พอรู้ว่าต้องถูกกักตัว รู้สึกตกใจและกังวลมากค่ะ กังวลและคิดว่าทำไม

ต้องถูกกัก ติดเชื้อหรือเปล่า”

นักศึกษาคนที่ 2 : “ตกใจที่อยู่ดีๆก็โดนกักตัว”

นักศึกษาคนที่ 3 : “ช่วงแรกเครียดค่ะ ไม่เคยเจอสถานการณ์แบบนี้ยังงั้นๆว่าเกิดอะไรขึ้น”

นักศึกษาคนที่ 4 : “น้อยใจที่ได้เห็นเพื่อนๆกลับบ้าน แต่หนูยังโดนกักตัวอยู่เพราะมันคือความรับผิดชอบของตัวเอง”

ประเด็นหลักที่ 2 ความจำเป็นของส่วนรวม

นักศึกษาให้ความหมายของการกักตัวว่าเป็นความจำเป็นที่ต้องทำ เพื่อประโยชน์ต่อสุขภาพของคนใน สังคม ป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่กระจายเชื้อ ยอมรับว่าตนเองมีความเสี่ยง และอาจมีผลเสียต่อส่วนรวมถ้าไม่ ยอมรับ และไม่เชื่อสัจย์ และต้องยอมรับข้อจำกัดของชีวิตเพื่อป้องกันกระทบที่อาจเกิดขึ้นต่อส่วนรวม ประเด็นย่อย คือ การยอมรับและปรับตัว ความรับผิดชอบต่อสังคม

การยอมรับและปรับตัว นักศึกษายอมรับการถูกกักตัว ยอมรับว่าจะไม่มีอิสระเหมือนเดิม ยอมรับตาม กติกาของสังคม ใช้เวลาไม่นานในการปรับตัวกับการกักตัว และสามารถแสวงหากิจกรรมภายใต้ข้อจำกัดได้

นักศึกษาคนที่ 1 : “รู้สึกยอมรับที่ตัวเองถูกกักตัวและไม่เครียดเพราะรู้ว่าตนเองไปพื้นที่เสี่ยง มา และไปสัมผัสกับชาวพม่า แต่สงสารเพื่อนที่ต้องถูกกัก”

นักศึกษาคนที่ 2 : “เข้าวันที่สองเริ่มปรับตัวได้ และคิดว่าเป็นสิ่งที่ต้องทำเพื่อความปลอดภัยของตัวเองและคนอื่น วันแรกก็เครียด แต่พอวันถัดมาก็มีอาหารที่ทางวิทยาลัย จัดให้วันละ 3 มื้อและตลอดการโดนกักตัว ก็สบายใจ

นักศึกษาคนที่ 3 : “ตอนนี้อาจารย์ก็แจก case แล้วค่ะ ส่วนใหญ่ก็จะทำ plan ค่ะ แล้วก็เรียนออนไลน์”

นักศึกษาคนที่ 4 : “เล่น social 整天วันเลยคะ ก็ประมาณวันละ 10 กว่าชั่วโมงได้คะ ตื่นมาก็เล่นแล้ว มีแค่ตอนนอนเท่านั้นที่ไม่ได้เล่นคะ ตอนกินก็ยังเล่นอยู่คะ”

นักศึกษาคนที่ 5 : “ถูกกักตัวแรก ๆ เครียด ออกไปไหนก็ไม่ได้ ทำอะไรได้ไม่เหมือนเพื่อนที่หอพัก เช่น เพื่อนโทรมาบอกว่า ตอนนี้กำลังเลี้ยงวันเกิดเพื่อน ซึ่งเป็นเพื่อนสนิท หนูก็ไปไม่ได้ ติดอยู่แต่ในห้อง ต้องอวยพรวันเกิดออนไลน์ แต่ไม่เป็นไร ครบ 14 วันค่อยฉลองอีกที นัดกันไว้แล้ว”

ความรับผิดชอบต่อสังคม นอกจากนี้นักศึกษายังเกิดความรู้สึกทางบวกขึ้น รู้สึกว่าสิ่งที่ทำอยู่เป็นการแสดงออกถึงความรับผิดชอบต่อสังคม โดยเฉพาะนักศึกษาเมื่อทราบว่ายโยบายของโรงพยาบาลแหล่งฝึก ต้องการให้นักศึกษาที่จะฝึกปฏิบัติ กักตัวในวิทยาลัยก่อน 14 วัน เพื่อให้เกิดความมั่นใจแก่ เจ้าหน้าที่ผู้ป่วยและญาติ ว่า นักศึกษาไม่เป็นกลุ่มเสี่ยง เกิดความรู้สึกดีใจ ภาคภูมิใจที่มีความซื่อสัตย์ กล้ายอมรับว่าตนเองอาจเป็นบุคคลที่มีความเสี่ยง ดังคำพูดของ

นักศึกษาคนที่ 1 : “เมื่อรู้เหตุผลก็ยอมรับกับการกักตัวครั้งนี้ เพราะกักตัวจะทำให้เราต่อสังคม ไม่แพร่กระจายเชื้อ และจะได้สบายใจทั้งตนเองและผู้อื่น จะได้มั่นใจว่าไม่เป็น covid-19”

นักศึกษาคนที่ 2 : “พวกหนูยอมรับการกักตัวเพราะการกักตัวเพื่อรอการฝึกที่ รพ.พหล หนูก็โอเค เพราะพี่เขาขอเพื่อให้ผู้อื่นมั่นใจว่าเราไม่ติดโควิด อันนี้เพื่อความปลอดภัยของคนอื่นด้วย”

นักศึกษาคนที่ 3 : “ต้องซื่อสัตย์กับตัวเอง ต้องรับผิดชอบต่อสังคม ดีใจที่อย่างน้อยก็ซื่อสัตย์กับ

ตัวเอง จริงๆวันนั้นถ้าไม่ยกมือก็ได้ แต่พวกหนูก็ยกมือ เพราะถือว่าเป็น
ความรับผิดชอบของเรา”

นักศึกษาคนที่ 4 : “ซื่อสัตย์ต่อตนเองถ้าเป็นขึ้นมาก็กลัวเอาไปติดคนอื่น กลัวเอาไปติดคนที่
บ้านที่มีอายุมาก

ประเด็นหลักที่ 3 โอกาสในการเรียนรู้

การถูกกักตัวเป็นประสบการณ์ใหม่ที่ไม่เคยเกิดกับตนเองมาก่อน ทำให้ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ และต้อง
พยายามอยู่กับสภาพการณ์ที่ไม่เหมือนเดิม เป็นช่วงเวลาที่นักศึกษามีประสบการณ์อยู่กับตัวเองมากขึ้น
รับรู้ความรู้สึกของตัวเอง เรียนรู้การอยู่ร่วมกันกับผู้อื่นในภาวะที่ไม่ปกติ เรียนรู้สิ่งรอบตัวจากการถูกกักตัว
ประเด็นย่อย คือ เรียนรู้ตนเองและผู้อื่น และเรียนรู้รับมือกับโรคระบาด

เรียนรู้ตนเองและผู้อื่น การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงของการถูกกักตัวในภาวะที่มีการแพร่
ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ของนักศึกษาพยาบาลนั้น ประเด็นส่วนใหญ่ เป็นการได้เรียนรู้
ความรู้สึกของตนเองและของผู้อื่น ความเข้าใจผู้ป่วยที่ถูกแยกตัว ดังคำพูดที่สะท้อน

นักศึกษาคนที่ 1 : “เข้าใจว่าคนป่วยรู้สึกอย่างไร ความรู้สึกในการเป็นคนไข้ที่ต้องถูกแยกห้อง
ว่าอาจเกิดความเครียด กังวล กลัวว่าจะเป็นสาเหตุที่ทำให้คนอื่นติดเชื้อเรา
ถ้าเราติดเชื้อ”

นักศึกษาคนที่ 2 : “เรียนรู้ว่าต้องปรับตัวในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น เพื่อนที่เราไม่เคยสนิทเลย แต่ใน
สถานการณ์นี้มีทั้งการแบ่งปัน การช่วยเหลือกัน แม้ว่าวันแรกอาจจะมีการ
โทษกันว่า ที่ต้องถูกกักตัวเพราะเพื่อนไปพื้นที่เสี่ยงมา แต่เวลาที่อยู่กับ
ตัวเองทำให้ เราพิจารณาเหตุผล มากกว่าความรู้สึก หากไม่ได้ถูกกักตัว ไม่ได้
เรียนรู้ก็จะมี ไม่ดีต่อเพื่อนไปอีกนาน”

เรียนรู้รับมือกับโรคระบาด นักศึกษาได้ใช้โอกาสในการถูกกักตัวครั้งนี้เรียนรู้วิธีการจัดการตนเอง
เพื่อรับมือกับโรคระบาดที่เกิดขึ้นปัจจุบัน และอาจเกิดขึ้นอีกในอนาคต โดยนักศึกษาได้สะท้อนให้เห็นว่า
ตัวนักศึกษาเองได้เรียนรู้เรื่องเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ติดตามข่าวความเคลื่อนไหวในช่องทางต่างๆ
ศึกษาวิธีการดูแลตนเอง การป้องกันตนเองและผู้อื่น และมีมุมมองความคิดเห็นในมาตรการการกักตัวของ
วิทยาลัยฯ ดังคำพูดของ

นักศึกษาคนที่ 1 : “ได้เรียนรู้เรื่องโควิดผ่านไลน์ ผ่านอาจารย์และผู้ปกครอง ได้สังเกตอาการ
ตัวเองตลอด ว่ามีอาการไอแห้ง ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ท้องเสีย มีไข้ หายใจ
เหนื่อยหอบ จมูกไม่ได้กลิ่น รับรสไม่ได้หรือไม่ ”

นักศึกษาคนที่ 2 : “ได้ประสบการณ์ในการปฏิบัติเกี่ยวกับการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ เช่น
การคัดกรอง วิธีปฏิบัติเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อจาก ตนเองสู่ผู้อื่น
จากผู้อื่นสู่ตนเองและทำให้ตระหนักมากขึ้น เพราะเป็นการเรียนรู้จากการ
ปฏิบัติซึ่งพวกหนูโอเคนะคะ ”

นักศึกษาคนที่ 3 : “เตรียมอุปกรณ์ เจลแอลกอฮอล์ล้างมือ แมสปิดปาก ล้างมือตลอดจนมือหนู
แห้งหมดแล้วคะ แต่บางทีก็เผลอเข้าไปใกล้เพื่อน ก็พยายามระวัง หนูก็ว่า
อย่างนี้ก็ดีนะคะ จะได้ชินเวลาขึ้นเวิร์ดจะได้ปลอดภัย”

นักศึกษาคนที่ 4 : “หนูคิดว่า วิทยาลัยทำถูกต้องแล้ว ที่กักตัวพวกหนู กันไว้ดีกว่าแก้ทีหลัง ถ้า
เกิดมีการติดเชื้อจริงก็จัดการง่ายกว่าปล่อยให้พวกหนูกลับบ้าน”

ประเด็นหลักที่ 4 วาระในการแสดงความรักและเมตตา

ในภาวะที่ไม่ปกตินี้ ทำให้นักศึกษาได้รับรู้ถึง ความเมตตาและปรารถนาดี ที่มีต่อกัน ในกลุ่มคนที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กันอยู่ ที่ในภาวะปกติแล้ว อาจไม่ได้แสดงออก และเกิดการรับรู้ถึงความห่วงใยที่มีต่อกัน นักศึกษาที่ถูกกักตัว อยู่ในสถานการณ์ที่เผชิญกับภาวะที่ไม่คุ้นเคย ทำให้รู้สึกโดดเดี่ยว เครียดและวิตกกังวล เกี่ยวกับการดำเนินชีวิตประจำวัน ความไม่แน่ใจกับภาวะสุขภาพของตนเอง การปรับตัวบนความไม่แน่นอน แต่สถานการณ์ที่เกิดขึ้นนี้ หลายคนได้แสดงออกถึงความรัก ความห่วงใย เมตตา ช่วยเหลือ ปรารถนาดีต่อนักศึกษา การที่วิทยาลัยฯ ตั้งอยู่ในพื้นที่ที่ไกลจากตลาด การเดินทางไม่สะดวก ไม่มีรถประจำทาง ร้านอาหารหน้าวิทยาลัยมีเพียงหนึ่งร้านซึ่งอาจถูกปิดตามมาตรการของจังหวัด เนื่องจากสถานการณ์ การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) รวมทั้งหากมีผู้ได้รับเชื้อเป็นหนึ่งในจำนวนนักศึกษาที่ถูกกักตัวในวิทยาลัย ประเด็นย่อย คือ ความรักห่วงใยจากคนในครอบครัว ความเมตตาจากอาจารย์และเจ้าหน้าที่ และความปรารถนาดีจากชุมชน

ความรักห่วงใยจากคนในครอบครัว ผู้ปกครองรู้สึกว่าการขาดดุลของบุตรหลานของตนอาจไม่ปลอดภัย จึงแสดงความห่วงใยต่อการดำเนินการเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ และเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ของนักศึกษา ขณะกักตัวในวิทยาลัย ดังคำพูดของ

นักศึกษาคนที่ 1 : “โทรไปบอกแม่ตั้งแต่ที่รู้ว่าจะต้องย้ายหอเพื่อกักตัวเลยคะ แม่ก็ถามว่าได้ที่นอนหรือยัง นอนกันอย่างไร”

นักศึกษาคนที่ 2 : “โทรบอกพ่อกับแม่ แม่ก็เป็นห่วงถามว่า มีเพื่อนไหม กลัวว่าจะโดนกักตัวอยู่คนเดียว เป็นห่วงเรื่องความปลอดภัยคะ”

นักศึกษาคนที่ 3 : “ที่บ้านก็มีถามว่าเป็นอย่างไรบ้าง มีอาการอะไรไหม โทรมาทุกวัน เช้า กลางวัน เย็น ก่อนนอนด้วยคะ”

นักศึกษาคนที่ 4 : “ทางบ้านก็เป็นห่วง คอยถามว่ามีอะไรกินไหม ให้แม่เอาเข้ามาให้ไหม”

นักศึกษาคนที่ 5 : “แม่ส่งอาหารแห้งมาคะ เพราะอยู่หลายวันกลัวไม่มีอะไรกิน”

นักศึกษาคนที่ 6 : “คุยกับพ่อ แม่ และน้องในไลน์ทุกวันคะ แม่จะไลน์มาถามว่าเป็นอย่างไรบ้าง”

ความเมตตาจากอาจารย์และเจ้าหน้าที่ นักศึกษาได้รับรู้ถึงความเมตตาจากอาจารย์และเจ้าหน้าที่ จากการพยายามอำนวยความสะดวกต่างๆ เช่น การจัดอาหารให้นักศึกษาฟรีทั้ง 3 มื้อ และคณาจารย์ เจ้าหน้าที่ได้ร่วมกันจัด ตู้ปันสุขได้หอบหิ้วให้นักศึกษา ทำให้นักศึกษาเกิดความซาบซึ้งในการดูแลต่างๆ ดังคำพูดของ

นักศึกษาคนที่ 1 : “คณะอาจารย์ก็ดูแลและให้ความสะดวกแก่พวกหนูดีมาก มีอาหารของกินมาให้เสมอและอะไรหลายอย่างเพื่อจะให้เราได้อยู่สะดวกสบายมากขึ้น”

นักศึกษาคนที่ 2 : “ชอบในส่วนของการดูแลจากคณะอาจารย์ เจ้าหน้าที่ แม่บ้าน และผู้บริหาร มีการส่งเสบียงมาให้พวกหนูทานและมีตู้ปันสุข”

นักศึกษาคนที่ 3 : “ขอบคุณอาจารย์และผู้บริหารที่คอยดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิดอยู่ตลอดเวลา ทำให้พวกหนูรู้สึกอบอุ่นเหมือนมีพ่อแม่คอยดูแลและคะ”

นักศึกษาคนที่ 4 : “วิทยาลัยดูแลดีมากคะ มีการเยี่ยมนักศึกษาทุกครั้ง รู้สึกอบอุ่นมาก”

นักศึกษาคนที่ 5 : “ขอขอบคุณอาจารย์ทุกๆท่านนะคะที่คอยช่วยเหลือ อำนวยความสะดวกให้ตลอดเวลาที่กักตัว”

นักศึกษาคนที่ 6 : “อาจารย์แม่ไลน์มาหาทุกวันเลย ให้กำลังใจตลอดเลย”

ความปรารถนาดีจากชุมชน ซึ่งนักศึกษาได้รับการสนับสนุนทางสังคมจากชุมชนไม่ว่าจะเป็นจากเจ้าหน้าที่ร้านอาหาร ร้านอาหารในชุมชน ดังคำพูดของ

นักศึกษาคนที่ 1: “พี่โย และพี่เนมใจดีมากค่ะ ขออะไรพี่เขาก็มาส่งให้หมด บางทีก็ข้าคะ ส่งส้มโอ แต่ได้ฝักรั้วอะ”

นักศึกษาคนที่ 2: “ลุงเปี้ยก ร้านอาหารตามสั่งหน้าวิทยาลัยก็สั่งได้ตลอดและมาส่งที่ป้อมยาม ก็รับมาส่งให้ที่หอค่ะ”

นักศึกษาคนที่ 3: “เพื่อนๆ ก็เป็นกำลังใจ callคุยกันทุกวัน”

อภิปรายผล

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เพื่อศึกษาประสบการณ์ของนักศึกษาขณะกักตัวที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนครสุพรรณบุรี ระหว่างที่มีการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา (โควิด 19) การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง กลุ่มตัวอย่างคือ นักศึกษาพยาบาลที่มีประสบการณ์กักตัวระหว่างที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (Covid 19) แบ่งเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 จำนวน 10 คน นักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 2 จำนวน 8 คน และนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 จำนวน 14 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 32 คน ผลการศึกษพบประเด็นที่เกี่ยวข้องคือ ข้อจำกัดในการดำเนินชีวิตความเป็นอยู่ของส่วนรวม โอกาสในการเรียนรู้ และวาระในการแสดงความเมตตาต่อกันซึ่งสามารถอธิบายปรากฏการณ์ได้ดังนี้

การถูกจำกัดในการดำเนินชีวิต

การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ที่เรากำลังเผชิญอยู่ในขณะนี้ จัดอยู่ในเรื่องของความทุกข์ และเป็นความทุกข์ของคนทั้งโลก เนื่องจากมีผลกระทบโดยตรงทั้งทางด้านร่างกายคือ การเจ็บป่วยและเสียชีวิตของคนบางส่วน ขณะที่นักศึกษาที่ถูกกักตัวในสถานที่วิทยาลัยกำหนดตามระเบียบปฏิบัติการอยู่ในสถานที่กักกันเพื่อสังเกตการเริ่มป่วย (Quarantine) เป็นระยะเวลา 14 วัน ต้องอยู่ในห้องที่วิทยาลัยกำหนดและไม่สามารถออกมาปฏิบัติกิจกรรมนอกห้องได้ เมื่อนักศึกษาทราบว่าต้องถูกกักตัว นักศึกษาบางส่วนมีสภาวะอารมณ์ด้านลบ ซึ่งเป็นภาวะความไม่สมดุลของร่างกาย จิตใจ และหรือความคิด จากการที่นักศึกษารับรู้ถึงมาตรการต่าง ๆ ที่วิทยาลัยกำหนด และต้องปฏิบัติตามทุกวัน รวมทั้งสิ่งแวดล้อมที่ไม่คุ้นเคย เช่น การไม่ได้อยู่ห้องพักเดิม ไม่ได้อยู่กับเพื่อนในกลุ่มที่คุ้นเคยสามารถทำกิจกรรมนอกห้องได้ ขาดอิสระในการทำตามความต้องการของตนเอง ทำให้เกิดความวิตกกังวล ไม่พอใจ ผิดหวัง ขุ่นมัว และเครียด นอกจากนี้ยังอาจหวาดระแวงเพื่อน ว่าจะเป็นพาหะนำเชื้อนี้มาสู่ตนได้ (ธีรโชติ เกิดแก้ว, 2563) การศึกษาของ กฤษกันทร สุวรรณพันธ์ และคณะ (2563) พบว่า การรักษาระยะห่างทางสังคมที่ทำให้รู้สึกโดดเดี่ยว และเครียด โดยนักศึกษาคณะสาธารณสุขและสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก มีความเครียดในระดับน้อยมากที่สุด ถึงระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 89.42 โดยส่วนใหญ่มีความเครียด ความกลัวและความวิตกกังวลเกี่ยวกับโรค มาตรการต่าง ๆ ส่วน อภิญา อิงอาจ และคณะ (2563) พบว่า นักศึกษามีความกังวลที่มาก จากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ในระดับมากที่สุด เพราะเป็นสถานการณ์ที่มีความไม่แน่นอนถึงภาวะสิ้นสุด โดยมีความวิตกกังวลสูงในมิติเกี่ยวกับสภาพเศรษฐกิจที่อาจเกิดขึ้นกับตนเอง หรือ ครอบครัว มากที่สุด รองลงมาเป็นเรื่องเกี่ยวกับการเรียน เช่น ไม่สามารถเรียนได้ตามที่ปฏิทินการศึกษา กำหนด กลัวต้องซ้ำชั้น โดยเฉพาะนักศึกษาปี 3 ซึ่งเป็นปีที่ใกล้สำเร็จการศึกษา การฝึกปฏิบัติงานหากไม่เป็นไปตามกำหนด อาจส่งผลต่อระยะเวลาสำเร็จการศึกษาได้

เมื่อนักศึกษาต้องดำเนินชีวิตแบบมีข้อจำกัดในสถานที่ที่วิทยาลัยกำหนด จำนวน 14 วัน ประสบการณ์ในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ตามมาตรการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ ต้องอยู่กับความไม่คุ้นเคยทั้งสถานที่และเพื่อน ขาดอิสระซึ่งนักศึกษารับรู้หรือประเมินแล้วว่า สิ่งเข้ามาในประสบการณ์ของตนเป็นสิ่งคุกคามจิตใจ หรือก่อให้เกิดสภาวะสมดุลของร่างกายและจิตใจ เสียไป จึงปรับกลไกการป้องกันตนเอง เพื่อทำให้ความรู้สึกถูกกดดันหรือความเครียด เหล่านั้นคลายลง และกลับเข้าสู่สภาวะสมดุลอีก โดยการลดอารมณ์ตึงเครียด (Emotional-focused coping) เช่น การหาสิ่งสนับสนุนทางอารมณ์ การปรับความคิด การออกกำลังกาย (Lazarus & Folkman, 1984) เป็นต้น ดังนั้นกิจกรรมที่นักศึกษาปฏิบัติในขณะที่กักตัวจึงเป็นกิจกรรมเพื่อการผ่อนคลาย เช่น การใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ ในการสื่อสารกับเพื่อน กับครอบครัว ช้อของออนไลน์ เรียน สืบค้นข้อมูล ดูละคร ซีรีส์ และออกกำลังกาย "ที่เป็นเช่นนี้เพราะเครือข่ายสังคมออนไลน์ สามารถตอบสนองความต้องการและอำนวยความสะดวกต่อการดำรงชีวิตประจำวัน ประกอบกับมี รูปแบบในการให้บริการที่หลากหลาย ทำให้ใช้งานได้ง่ายสะดวกและรวดเร็ว (ปณิชา นิตพรมงคล, 2555) สอดคล้องกับการศึกษาของ ทรงฤทธิ์ ทองมีขวัญ และคณะ (2563) ที่พบว่า นักศึกษาพยาบาลวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สงขลา มีการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์มากกว่า 5 ชั่วโมงต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 63.83 และมีพฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ด้านการบันเทิงมากที่สุดโดยมีค่าเฉลี่ย 3.73 รองลงมา คือ ด้านการศึกษา และการสื่อสาร ตามลำดับ ด้วยเหตุนี้นักศึกษาจึงเสนอแนะให้วิทยาลัยปรับปรุงและแก้ไข เกี่ยวกับสัญญาณอินเทอร์เน็ต ทั้งนี้เป็นเพราะนักศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่กับเครือข่ายสังคมออนไลน์ ทั้งความบันเทิง การเรียนออนไลน์และการสื่อสารกับเพื่อนและครอบครัว รวมทั้งมีข้อเสนอแนะให้ปรับปรุงสิ่งอำนวยความสะดวกซึ่งเป็นสิ่งสนับสนุนทางสังคมเพื่อช่วยเหลือให้นักศึกษามีความสุข ผ่อนคลายความเครียดที่เผชิญอยู่ และทำให้สามารถปรับตัวได้ (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2556)

ความจำเป็นของส่วนรวม

ปัญหาที่บุคคลกำลังเผชิญเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (Covid 19) ในขณะนี้ก็คือ คนบางส่วนยังคงใช้ชีวิตด้วยความเคยชินตามอารมณ์หรือความรู้สึกของตน ไม่สนใจมาตรการทางสังคมที่ออกมาเพื่อป้องกัน ยับยั้งการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส ยังดำเนินชีวิตด้วยความประมาท ฝ่าฝืนมาตรการต่าง ๆ ทางสังคม บางส่วนที่มาจากแหล่งระบาดของโรค ไม่ยอมกักตัว แม้จะมีคำสั่งให้ช่วยกันป้องกัน ขอให้อยู่แต่ในบ้านของตนเองตามระยะเวลาที่กำหนด เพื่อช่วยลดภาระการดูแล รักษาของแพทย์ และ พยาบาลที่กำลังทำงานอย่างหนักตามโรงพยาบาลต่าง ๆ การดำเนินชีวิตด้วยความประมาท ขาดสติสัมปชัญญะในสถานการณ์วิกฤติที่เกิดขึ้นทั่วโลกขณะนี้ มิใช่มีผลกระทบต่อชีวิตของผู้ประมาทเท่านั้น แต่ยังมีผลกระทบต่อญาติพี่น้องของเขาและคนอื่น ๆ ในสังคมอีกด้วย (ธีรโชติ เกิดแก้ว, 2563) นักศึกษาพยาบาลซึ่งจะก้าวไปสู่การเป็นกำลังสำคัญของสาธารณสุข ผ่านการเรียนรู้เนื้อหา สาระสำคัญของวิชาชีพมาแล้ว ได้รับการปลูกฝังให้เป็นบุคคลที่มีความเอื้ออาทรต่อผู้อื่น รวมทั้งได้รับรู้ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) ที่มีทั้งความรุนแรงของโรค การแพร่ระบาด กระบวนการคัดกรอง การป้องกันการแพร่ระบาดผ่านสื่อทุกวัน ร่วมกับการเน้นย้ำของอาจารย์ในวิทยาลัย ทำให้นักศึกษารับรู้และเข้าใจสถานการณ์เป็นอย่างดี ยอมรับความจำเป็นของส่วนรวมในครั้งนี้ จึงยอมรับการกักตัวและปฏิบัติตามมาตรการในการป้องกันตนเองและผู้อื่น ซึ่งการยอมรับการกักตัวในครั้งนี้ เป็นความรับผิดชอบต่อสังคมที่ทำให้นักศึกษาเกิดความรู้สึกดีใจ ภาคภูมิใจที่มีความซื่อสัตย์ กล้ายอมรับว่าตนเองอาจเป็นบุคคลที่มีความเสี่ยง การกักตัวในครั้งนี้ อาจเป็นสถานการณ์ที่สร้างจิตสำนึกให้เป็นผู้ที่มีความเอื้ออาทรได้ ตระหนักว่าส่วนรวมมีความจำเป็นต่อผู้อื่น โดยการเริ่มจากนักศึกษาเองสำนึก และ

ตระหนัก รับผิดชอบต่อตนเองก่อน เพราะ การที่บุคคลมีความเคารพในตัวเอง รู้จักรับผิดชอบ จะเป็นผู้ที่สามารถถ่ายทอดความเมตตาเอื้ออาทรไปสู่ผู้อื่นได้ (จินตมาศ โกศลชื่นวิจิตร, 2556)

โอกาสในการเรียนรู้

การถูกกักตัวทำให้นักศึกษามีประสบการณ์อยู่กับตัวเอง เรียนรู้การรับมือกับโรคระบาด รับมือกับตัวเอง กับสถานการณ์รอบ ๆ ตัว การแบ่งปัน ในเวลาที่เผชิญกับความทุกข์ยาก และสร้างทักษะเฉพาะที่สัมพันธ์กับวิชาชีพ การดูแลตนเองเพื่อการป้องกันการแพร่กระจายเชื้อจากตนสู่ผู้อื่น ได้เรียนรู้จากเพื่อน เข้าใจและจัดการอารมณ์ ความต้องการของตนเองและผู้อื่น ซึ่งการที่บุคคลรู้จักและเข้าใจตนเอง ไวต่อความรู้สึกและตอบสนองด้วยความเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น ทำให้ สามารถปฏิบัติงานได้อย่างมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีและทำงานได้อย่างมีความสุข ความเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น ยังเป็นจุดเริ่มต้น ของการมีจิตใจที่งดงาม นำไปสู่การพัฒนาตนในด้านอื่นๆ ของพยาบาล เพราะเมื่อมีความเข้าใจและเห็นใจผู้อื่น เช่นเดียวกับที่เข้าใจตนเอง ทักษะทางสังคมในด้านอื่นๆ ก็จะตามมา เช่น การพูดจาด้วยถ้อยคำที่ไพเราะ ยกย่องให้เกียรติผู้อื่น การควบคุมอารมณ์ เป็นต้น (จินตมาศ โกศลชื่นวิจิตร, 2556) นักศึกษายังมีโอกาสในการเปิดใจกับผู้ปกครอง อาจารย์ และเพื่อนขณะที่มีความทุกข์ รวมทั้งเรียนรู้การเป็นผู้รับฟังปัญหา ความทุกข์ของผู้อื่น เรียนรู้ผลของประสบการณ์ที่เกิดจากการกักตัว ที่ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ รู้สึกตนเองมีคุณค่า จากความซื่อสัตย์ ความรับผิดชอบ การเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง ช่วยให้ผู้เรียนมีโอกาสในการประยุกต์ความรู้ ทักษะการทำงาน ช่วยให้ผู้เรียนได้พัฒนาความรู้ ทักษะคิด ความตระหนัก อารมณ์ ความรู้สึก ค่านิยม แง่คิดระหว่างบุคคล และบุคลิกภาพของนักศึกษา ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน (กันตภา สุธธิดา, 2561)

วาระในการแสดงความรักและเมตตา

สถานการณ์ที่นักศึกษาถูกกักตัว ทำให้ผู้ปกครอง อาจารย์และเพื่อนๆ ที่ไม่ได้ถูกกักตัว คนในชุมชน มีวาระในการแสดงความเมตตา ความปรารถนาดีต่อนักศึกษา ด้วยการสนับสนุน ช่วยเหลือด้านสิ่งของ ข้อมูล ข่าวสาร และให้กำลังใจแก่นักศึกษาที่ถูกกักตัวเพื่ออำนวยความสะดวกในการดำรงชีวิตระหว่างที่ถูกกักตัว ซึ่งการช่วยเหลือนี้มีความสำคัญต่อการลดความเครียดของนักศึกษาและยังสามารถช่วยนักศึกษาปรับพฤติกรรมเพื่อผ่อนคลายความเครียดที่เผชิญอยู่ ช่วยให้นักศึกษามีจิตใจที่มั่นคง ลดแรงกดดัน และความเครียดได้ (ศศิวิมล เกลียวทอง, 2556) การแสดงความเมตตา เอื้ออาทร เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอื้อเฟื้อ สงเคราะห์ผู้อื่นอย่างมีน้ำใจ สะท้อนให้เห็นถึงความรัก ความมีน้ำใจ และการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ทำให้เกิดมิตรภาพ ระหว่างเพื่อนกับเพื่อน อาจารย์กับนักศึกษา ชุมชนกับวิทยาลัย และนักศึกษากับชุมชน ส่งผลให้นักศึกษาที่ถูกกักตัว รู้สึกอบอุ่นใจ ปลอดภัย เชื่อถือและไว้วางใจ มีกำลังใจที่จะต่อสู้กับภาวะที่กำลังเผชิญ ส่วนคนที่ให้ หรือเอาใจใส่ เอื้อเฟื้อ เกื้อกูล ด้วยความบริสุทธิ์ใจ ปราศจากเงื่อนไข จะรู้สึกปิติ รู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า มีเกียรติ และมีความสุข พลังแห่งความปรารถนาดีนี้เป็นแรงเสริม ให้เกิดพลังร่างกายและพลังใจในการดูแลเอาใจใส่ผู้อื่นด้วย (ธีรโชติ เกิดแก้ว, 2563)

ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้

จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีประสบการณ์การถูกกักตัวเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19) กลุ่มตัวอย่างมีอารมณ์ด้านบวกและด้านลบที่หลากหลาย ปฏิกริยาทางบ้านที่เกิดขึ้นเมื่อผู้ปกครองทราบข่าวการถูกกักตัวของกลุ่มตัวอย่าง กิจกรรมที่นักศึกษาปฏิบัติขณะถูกกักตัว การได้รับการสนับสนุนทางสังคมที่ดี ดังนั้นวิทยาลัยจึงควรมีการจัดกิจกรรมดังนี้

1. จัดโปรแกรมการเสริมสร้างความพร้อมทั้งทางด้านอารมณ์ให้กับนักศึกษาเพื่อลดอารมณ์ด้านลบเพิ่มอารมณ์ด้านบวกขึ้น สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่ต้องเผชิญได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2. วางแผนเพื่อเตรียมความพร้อมรับมือกับสถานการณ์วิกฤตที่อาจเกิดขึ้นซ้ำโดยวางแผนทางช่องทางในการติดต่อสื่อสารชี้แจงเหตุผลกับผู้ปกครองได้เข้าใจเหตุผลอย่างถูกต้องรวดเร็ว เพื่อลดความห่วงใย เมื่อบุตรหลานต้องถูกกักตัว และส่งเสริมการสนับสนุนทางสังคม เพื่อให้นักศึกษาสามารถใช้ชีวิตประจำวันในสถานการณ์การถูกกักตัวได้อย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรศึกษาในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการบริหารจัดการสถานศึกษา หรือการบริหารจัดการหลักสูตรในระหว่างที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา (โควิด 19)

เอกสารอ้างอิง

- กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข. (2563). แนวทางการดำเนินการสถานที่กักกัน รูปแบบเฉพาะองค์กร. สืบค้นเมื่อ 15 ธันวาคม 2563, จาก https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/g_quarantine_state090863.pdf.
- กรมควบคุมโรค.กระทรวงสาธารณสุข (2564). แนวทางการดำเนินงานเฝ้าระวังโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ในประชากรกลุ่มแรงงานต่างด้าว. สืบค้นเมื่อ 18 มกราคม 2564, จาก https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/file/g_srrt/g_srrt_241263.pdf
- กรมสุขภาพจิต. (2563). กรมสุขภาพจิต เปิดการประชุมวิชาการสุขภาพจิต ชีวิตวิถีใหม่ “MCATT: New normal ERA” แลกเปลี่ยนเรียนรู้ การดำเนินงานช่วยเหลือเยียวยาจิตใจของทีม. สืบค้นเมื่อ 2 กุมภาพันธ์ 2564, จาก <https://dmh.go.th/covid19/news2/view.asp?id=25>.
- กฤษกันทร สุวรรณพันธุ์, เสาวลักษณ์ ศรีตาเกษ, ลำพึง วอนอก, สุพัฒน์ อาสนะ, วรรณศรี แวงงาม, กุลธิดา กิ่งสวัสดิ์,...กานุชนาถ อ่อนไกล. (2563). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดต่อการระบาดของ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ของนักศึกษา คณะสาธารณสุข-ศาสตร์และสหเวชศาสตร์ สถาบันพระบรมราชชนก. วารสารวิจัยทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ. 14(2), 138-148.
- กันตภา สุธธิอาจ. (2561). การพัฒนารูปแบบการเรียนการสอนแบบเน้นประสบการณ์ตามสภาพจริง เพื่อส่งเสริมคุณลักษณะการเรียนรู้ด้วยการนำตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น. วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์. 12(3), 1-15.
- วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช. (2563). แนวทางปฏิบัติการคัดกรองเพื่อป้องกันโรคโควิด 19 สำหรับนักศึกษา อาจารย์ เจ้าหน้าที่ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี จักรีรัช. เข้าถึงได้จาก https://drive.google.com/file/d/10LDZv60nEo8-GJfji1_kZ6nihym6imF/view
- จินดามาต โกศลชื่นจิตร. (2556). การดูแลอย่างเอื้ออาทร: หัวใจสำคัญของการบริการด้วยหัวใจความเป็น มนุษย์ CARING: CENTRAL FOCUS OF HUMNISTIC CARE. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพ, 29(2), 134-141.

- ทรงฤทธิ์ ทองมีขวัญ, สกุนตลา แซ่เตียว, วรินทร์ลดา จันทวิเมือง, ทิพย์สุคนธ์ กิจรุ่งโรจน์, และจินตวีร์พร
แป้นแก้ว. (2563). พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัย
พยาบาลบรมราชชนนี สงขลา. *วารสารพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม*. 21(41), 67-77.
- ธีรโชติ เกิดแก้ว. (2563). การปรับตัวและการร่วมมือกันในสถานการณ์โควิด ๑๙ ตามแนวพุทธ
ศาสน์. *วารสารบัณฑิตศึกษาปริทรรศน์*, 16(2), 59-78.
- ปณิชา นิตพรมงคล. (2555). พฤติกรรมการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์ของคนวัยทำงานในเขต
กรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยศรีปทุม.
- ประกาศกระทรวงสาธารณสุข เรื่อง กำหนดผู้ป่วยฉุกเฉินโรคติดต่ออันตรายตามกฎหมายว่าด้วยโรคติดต่อ
กรณีโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หรือโรคโควิด 19 (Coronavirus Disease 2019 (COVID -
19) พ.ศ.2563. (2563, 4 มีนาคม). *ราชกิจจานุเบกษา*. เล่มที่ 174 ตอนที่ 51 ง, หน้า 1
- พิริยะ ผลพิรุฬห์. (2563). ผลกระทบทางเศรษฐศาสตร์จาก "ไวรัสโควิด-19". *จดหมายข่าวศูนย์ศึกษา
พัฒนาการเศรษฐกิจ*, 7(27), 4-7.
- ยงเจือ เหล่าศิริถาวร. (2563). *สถานการณ์โควิด-19ในประเทศไทย*. สืบค้นเมื่อ 27 พฤศจิกายน 2563,
จาก <https://ddc.moph.go.th/viralpneumonia/index.php>.
- ศศิวิมล เกลียวทอง. (2556). ปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเขต 2. *วารสารวิชาการ*. 6(3), 443-460.
- ศูนย์บริหารสถานการณ์โควิด - 19 กระทรวงสาธารณสุข. (2563). *สถานการณ์ Covid-19 ในประเทศ
ไทย*. สืบค้นเมื่อ 31 กรกฎาคม 2563, จาก [JNHR Volume 22, Issue 1, Jan-Apr, 2021](https://covid19.ddc.moph.go.th/อภิญา อิงอาจ, อภิญา อิงอาจ, ญัฐพร กาญจนภูมิ, และพรพรรณ เขยจิตร. (2563). ความกังวลในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ของนักศึกษาระดับปริญญาตรี. วารสารบริหารธุรกิจ เทคโนโลยีมหานคร. 17(2), 94-113.</i></p><p>Benner, P. E. (1994). <i>Interpretive phenomenology: embodiment, caring, and ethics in health and illness</i>. California: Thousand Oaks.</p><p>Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). <i>Psychological stress and the coping process</i>. New York: Springer Publishing.</p><p>Leonard, V. W. (1989). A heideggerian phenomenon-logic perspective on the concept to the person. <i>Advances in Nursing Science</i>. 40(9), 40-55. DOI: 10.1097/00012272-198907000-00008</p></div><div data-bbox=)